COLERA MORBUS.

PRIMEROS SOCORROS QUE DEBEN PRESTARSE

A LOS COLERICOS

ANTES DE LA LLEGADA DEL MÉDICO,

POR EL DR. F. FOY.

TRADUCCION AL CASTELLANO

DE LA EDICION DE PARIS DE 1849,

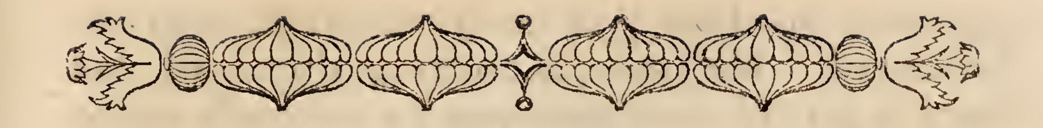
POR J. M. D.



MEXICO.

Tipografia de R. Rafael, calle de Cadena núm. 13.

1849.



CARTA A UN AMIGO.

Muy señor mio:

Desde el fondo de su provincia, en medio de los numerosos y honrados artesanos que mantiene la activa é inteligente industria de vd., lejos de las pasiones y tormentos de la ciudad, se sirve pedirme algunos consejos y avisos sencillos y fáciles de practicar, para el caso en que el cólera, que diez y seis años ha diezmó nuestra hermosa poblacion, vuelva á herirla otra vez en lo que tiene de mas querido y sagrado. Al dirigirse vd. á mí, tan pequeño entre los pequeños, y médico sin enfermos, cuando tiene á la mano tan buenos y hábiles profesores, bien echo de ver que su amistad es la que únicamente ha podido dictarle tal eleccion, sin considerar, ni haber querido ver jamas, que su afecto solo constituye mi mérito, y que solo á él debo un reconocimiento, incapáz de corresponder satisfactoriamente á sus votos y deseos. Es cierto que por dos distintas veces he visto el cólera, observado sus síntomas y numerado sus víctimas, y sin duda por estas circunstancias me cree mas capáz que otro de conocer las cau

sas, la naturaleza y el tratamiento de esta enfermedad. De todo mi corazon doy á vd. las gracias por el concepto que ha formado sobre mi saber médico; pero permítame le diga que lo ha engañado su cariño y lo ha hecho incurrir en un grande error.

Es público que en 1831, hallándome en el ejército, he tenido proporcion de observar á las orillas del Vístula el cruel azote venido desde la India á visitarnos; y que en 1832, he visto de nuevo la misma epidemia, asolando y diezmando nuestros pueblos. Pero debo confesar, que tanto en Polonia como en Francia, y en Alemania como en Inglaterra, los socorros de la medicina han sido un recurso bien débil cuantas veces se han aplicado en casos de cólera confirmado, es decir, contra el mal llegado al *summum* de intensidad. Pero afortunadamente ha sucedido todo lo contrario, cuando oportunamente y á su principio se ha ocurrido á los auxilios del arte.

En efecto, los cuidados higiénicos y los medicamentos mas sencillos han bastado entonces en casi la totalidad de casos, para recobrar la salud y restablecer una convalecencia propia y feliz.

Voy, pues, correspondiendo á su confianza y al deseo que me manifiesta, de asociarme á sus buenas obras, á indicar á vd. esos medios higiénicos, y esas medicaciones que deben ponerse en uso, insistiendo en el valor de ambos géneros de auxilios, cuya aplicacion debe ser *pronta*, *incesante* y *continuada* por mucho

tiempo, pues en estas tres condiciones estriba la salvacion del enfermo.

Evitaré en esta comunicacion las voces téchnicas ó científicas, porque no escribo para los médicos que todos saben tanto y mas que yo. Por otra parte, vd. conoce mi opinion sobre los libros de medicina puestos al alcance de las gentes del mundo: la mayor parte han tenido por resultado fatal y doloroso grandes errores populares y faltas irreparables. En esos libros no se ven sino enfermedades y no enfermos, ni se aconsejan sino medicamentos y no medicaciones, cosas todas muy diferentes.

Diré á vd. cuales son las preparaciones farmacéuticas y plantas medicinales, que deben tener en sus casas las personas caritativas y previsoras; señalándoles las que los mismos médicos y aquellos sobre todo que son verdaderos amigos de la humanidad, recomiendan en todo tiempo como fáciles en su uso y sin ningun peligro.

Pasaré en silencio la grande multiplicidad y numerosa variedad de tratamientos preconizados, recomendados y reputados infalibles por sus autores. Obrar de otra manera seria poner á su vista la rica pobreza terapéutica de estas tristes y fatales épocas. Me profesa vd. demasiada amistad, para que no espere contar con su indulgencia y discrecion, y temer que me exija el que corra á su presencia el velo que oculta los secretos y la imperfeccion de la medicina; de esta ciencia, ó mas



PRIMEROS SOCORROS A LOS COLERICOS.

CAPITULO I.

SEÑALES QUE PUEDEN DAR A CONOCER EL PRINCIPIO DEL CÓLERA.

Si yo escribiese aquí para mis respetables comprofesores, á quienes nada enseñaría de nuevo; si quisiera tratar médicamente de la epidemia que inquieta y hiere á la Europa en este momento; pero que, lo digo en voz alta, en bien nuestro y así es verdad, es menos violenta y mortífera que hace diez y seis años, dividiría en tres ó cinco grupos ó periodos los signos, caractéres ó síntomas, con que puede reconocerse el cólera á su principio, en su marcha, en su duracion y término. Establecería con los médicos ingleses que han observado el cólera en la India, el periodo llamado de *congestion*, el de *excitacion* y el de *colapso*. Con los médicos europeos, y sobre todo los franceses admitiria un primer periodo, el del *prodromo ó cólera ligero, colerina*, en seguida el de las *evacuaciones ó invasion, principio del cólera*, un tercero, en que tendria en cuenta el frio y estado de abatimiento en que se encuentra el enfermo, y que constituye el *cólera*

grave álgido ó azul. Consideraria en seguida un cuarto periodo, el de la *reaccion,* y en fin, un quinto, llamado *estado comatoso ó tifoideo.* No ha sido este mi plan, ni deben ser mis intenciones. Lo he dicho en mi carta que sirve de prólogo; lo que he querido es dar algunos consejos, ser útil á los enfermos que no pueden contar de pronto con los auxilios del arte, y poner á las personas caritativas que lo rodean en la posibilidad de asistirlos hasta la llegada del médico. En consecuencia de mi plan, la única distincion que voy á hacer de los síntomas del cólera, se reduce á dos grupos: *signos precursores, y signos esenciales ó característicos.*

Síntomas precursores.

Pueden considerarse como amenazadas del cólera las personas que presenten las condiciones siguientes: fastidio y malestar general; cara desfigurada y un poco terrosa; enfriamiento parcial ó general y mas ó menos pronunciado; ojeras azuladas y bastante estendidas; dolores entre las espaldillas y en la boca del estómago; diminucion del apetito, rugido de tripas á consecuencia de gaces que circulan en ellas; deposiciones mas ó menos repetidas sin dolor, al principio amarillas, despues cada vez mas líquidas, y en fin, semejantes al agua ordinaria; estremecimientos mas ó menos frecuentes en las articulaciones; temblores, picazon en las piernas, calambres ligeros en las pantorrillas, aturdimiento, zumbido en los oidos, vértigos, mal de cabeza mas ó menos violento, desvanecimientos, sordera, mal de corazon y circulacion retardada; piel húmeda, mas fria que habitualmente, orina poco frecuente, menos colorada que de ordinario y casi blanca.

A estos síntomas que se declaran ordinariamente en la noche ó la madrugada, y que importa mucho

estudiar y retener bien en la memoria, á fin de reconocerlos, porque es fácil dominarlos [á lo menos en casi la mayoría de los casos]; á estos síntomas, repito cuya duracion varía, que dejan rara vez de manifestarse, y que todo el mundo puede atacar mientras se aguarda la llegada del médico, se succeden otros muchos mas sérios y graves; estos últimos exigen desde su principio la presencia del médico, porque marchan frecuentemente con una grande rapidez.

Síntomas esenciales ó característicos del cólera.

Aturdimientos frecuentes y manifiestos; adormecimiento en los dedos, sensacion particular de frio en la espalda, á lo largo del espinazo, cara desfigurada, amoratada, terrosa, espresando el terror, el dolor y ansiedad; ojos abatidos y brillantes, como espantados hundidos en sus órbitas; pómulos [1] salientes, mejillas deprimidas, nariz afilada, lábios rajados, abiertos, pálidos ó azuleados.

Estado de la lengua y del estómago.

Si se examina la lengua del enfermo, se encuentra blanca ó morada, á veces roja, aguda sobre sus bordes; pero ordinariamente húmeda, fria y cubierta de una costra amarilla muy espesa. La sed es ardiente, el apetito nulo; se hacen sentir aislada ó simultáneamente dolores en el estómago é intestinos, acompañados ó seguidos de movimientos convulsivos; en fin, sobrevienen despues hipos y vómitos.

Lo que el enfermo arroja al principio no es por lo comun, sino materias alimenticias mal digeridas. A estas, sucede en cantidad abundante un líquido perfectamente análogo y semejante al agua de arroz ó

(1) Huesos mas eminentes del carrillo.—T.

de salvado, ó bien, al suero mal clarificado, como el que se ve al hacerse el requeson. Agrego, para hacer una fiel narracion de la presente escena, que el color de los vómitos unas veces es amarillo, otras verde ó negruzco.

Evacuaciones intestinales.

Las deposiciones principian por ser naturales, despues se vuelven mas y mas acuosas, blanquecinas, análogas á clara de huevo batida en agua, presentando las mismas calidades fisicas de las materias vomitadas. Estas evacuaciones, fétidas ó sin olor, se hacen sin esfuerzos ni dolores, y como por bocanadas.

Estado del vientre.

Continuando el exámen del enfermo, se observa la depresion del vientre, como en la cólica de los pintores, á veces con dolores ó sin ellos, cuando se comprime el vientre, y que puede ser reemplazada por una distencion mas ó menos considerable y completamente insensible por la presion.

Estado de la circulacion, respiracion y algunos otros aparatos de órganos.

Los latidos del pulso son mas ó menos sensibles al tacto; la respiracion se embaraza, se hace muy dificil y penosa, y el enfermo, amenazado de sofocacion, hace esfuerzos inauditos para arrojar de su garganta y pecho lo que cree que lo sofoca.

El aliento es frio y sin olor; la orina ya no sale; la bílis no da color á las materias escrementicias; la boca se pone seca, por la rara y pequeña cantidad de saliva que la humedece; las lágrimas se agotan; la transpiracion desaparece.

La region del hígado está dolorosa; la voz alterada, débil, apenas perceptible, ó ronca y como aflautada.

Estado de los miembros y aparicion de los calambres.

Los miembros inferiores están doblados hácia el vientre, y atormentados principalmente en las pantorrillas de calambres muy repetidos y dolorosos, que arrancan gemidos y gritos á los enfermos. Estos calambres, observados con atencion, simulan perfectamente bajo la piel, las ondulaciones de las sanguijuelas nadando en medio del agua. Su duracion es variable, se han visto prolongar de uno á cinco minutos. Los antebrazos, y los dedos de los pies y de las manos presentan tambien, aunque con menos frecuencia que las pantorrillas, los calambres de que acaba de hablarse. En fin, la piel de las manos está escogida y profundamente arrugada, asemejándose mucho á las de las mugeres que han lavado un dia entero.

Abatimiento general.

A los calambres referidos, menos frecuentes en los niños que en los adultos, se sigue un grande abatimiento general, una ansiedad dificil de describir y estremamente penosa. Las estremidades, así como una gran parte de la superficie del cuerpo, están frias, heladas, enramadas de un azul negruzco mas ó menos oscuro, y como llenas de moretones: estos caractéres y el aspecto de la cara son de tal manera pronunciados, idénticos y poco variables que asemejan á todos los coléricos, tanto que basta haber visto uno para reconocerlos á todos. Si se llega á tocar á uno de estos desgraciados la sensacion que se esperimenta es la que produce el contacto de una rana saltan-

do del agua, ó deslizándose por un lugar húmedo. El contacto y la sensacion de que se habla, tienen de particular, poner á las personas menos habituadas á ver enfermos, al alcance de reconocer por sí mismos la existencia del cólera.

Síntomas graves.

En fin, y para concluir este triste cuadro, el enfermo que debe sucumbir, ve cubrirse todo su cuerpo de un sudor frio, viscoso y de un olor agrio. El globo del ojo se vuelve á lo alto de la órbita, y solamente se ve aparecer el blanco pálido y hundido. Tal es el conjunto de los desórdenes que presenta toda la economía, y que sin embargo no atacan de ninguna manera la inteligencia ordinaria del enfermo, que conserva hasta el último momento sus facultades morales; tanto que ya muerto en apariencia, basta sacudirlo fuertemente para que responda á las preguntas que se le hacen. En fin, la vida se ha aniquilado completamente, siendo inútiles los cuidados afectuosos de la familia, los empeños de los amigos, y los auxilios del arte. El cadáver se conserva por algun tiempo (cuatro ó cinco dias) sin alterarse ni corromperse tan prontamente como los demas, y aun pueden ver producirse, veinticuatro y treinta y seis horas despues de la muerte, en los antebrazos, las muñecas y los dedos, aquellos movimientos y saltos observados en el discurso de la enfermedad, aunque con menor fuerza.

Reflexiones.

Sin ser médico, se comprenderá fácilmente que los signos, tanto precursores como esenciales que acaban de referirse, no son siempre constantes en su manifestacion; que algunos pueden ser mas raros ó frecuentes, y otros faltar absolutamente; en fin, que puede

haber casos en que el principio del cólera sea fulminante, y en que los signos llamados esenciales, estallen de un golpe y marchen con una estrema rapidez. Estos casos, afortunadamente muy poco numerosos, advierten que en todo estado de cosas no deben ser tratadas ligeramente las indisposiciones, y que es prudente y aun de suma urgencia, sobre todo en un tiempo de epidemia, ocurrir prontamente á los auxilios del arte.

Bueno es tambien que se sepa que todas las constituciones, todas las edades, todos los sexos, todas las profesiones y los temperamentos todos pueden ser atacados por el cólera. Sin embargo la debilidad general, el estado habitual de una salud débil y delicada, las enfermedades que debilitan y agotan el conjunto de la economía, son predisposiciones mayores que una salud robusta y un vigor sólido. Pero sobre todo, lo que debe hacer temer y considerarse como condiciones fatales que deben contribuir al desarrollo, crecimiento y propagacion de una epidemia, son las grandes reuniones de hombres en espacios estrechos, de poca luz é insuficientemente ventilados, como tambien el frio húmedo y la suciedad.

Los signos que caracterizan el principio del cólera, pueden durar ocho y quince dias sin presentar ningun cambio notable en su manera de ser. Esta observacion hecha en todos los lugares en que ha reinado el mal, advierte á los enfermos y á los que los rodean, á no abandonar ninguna de las precauciones y cuidados que van á recomendarse al hablar del tratamiento del primer periodo del cólera.

CAPITULO II.

TRATAMIENTO DEL CÓLERA Á SU PRINCIPIO.

Antes de indicar los primeros socorros que deben prestarse á las personas amenazadas del cólera, y

ántes de confesar y protestar de la manera mas solemne, que aun no se posee ningun *específico* conocido contra esta enfermedad, será bueno, con el fin de animar á los tímidos contra el *tráfico* ó la explotacion de los medicastros ó comerciantes de *preservativos*, decir una palabra sobre el pretendido contagio de esta epidemia, destruir los temores que algunas personas pueden tener todavia sobre esta materia, y asegurarlos del peligro que piensan correr prestando auxilios á los enfermos.

Contagio.

El cólera, tanto en su principio como en el curso de sus diversos periodos, no es contagioso. Esta cuestion está resuelta el dia de hoy de una manera tan terminante, que ya no puede caber la menor duda. La observacion y los hechos están de acuerdo, y todos militan á favor de esta verdad: *el cólera es una enfermedad epidémica, pero no-contagiosa.*

Es cierto que esta enfermedad puede hacerse mas grave y mortífera por el hecho de la *infeccion*, resultado de una considerable *aglomeracion* de enfermos en un mismo lugar, especialmente si es muy estrecho; pero no se comunica ni *por el enfermo al hombre sano*, ni por el *contacto*, ni por los *equipages* ni mercancías, la inoculacion de la sangre, de la materia intestinal, ni en fin por cualquier otro camino que sea, esceptuando únicamente la *infeccion* ó vicio del aire. Multitud de experiencias han sido hechas y repetidas (1) para resolver esta grande cuestion, y los resultados han sido siempre favorables á este hecho: *el cólera no es contagioso.*

Y por otra parte, ¿cómo se considerará contagiosa una epidemia, que no ataca ordinariamente sino tres

(1) Véanse mis publicaciones sobre el cólera de Polonia y el de Paris.

ó cuatro personas entre ciento, y que hasta ahora y en todas partes ha respetado (con muy raras escepciones) á los médicos, á los eclesiásticos y religiosos, á los practicantes y enfermeros, y en fin á todos aquellos que por estado ó por profesion han prodigado sus socorros á los coléricos? A mayor abundamiento, hay muy pocas, por no decir ninguna, de las enfermedades llamadas *internas* ó que atacan la economía general, que sean contagiosas (1); y cuando las afecciones de este género se hacen graves, se desenvuelven, multiplican y atacan en grande número de individuos, en una palabra, cuando se convierten en epidémicas, mas bien debe ser considerada la *infeccion* como causa principal y esencial, que el *contagio*. De aquí se siguen las ventajas de aislar á los enfermos en todos tiempos, y la imperiosa necesidad de hacerlo en los casos de epidemia.

Estando bien averiguado y establecido en la ciencia médica, que no hay ningun peligro en acercarse, tocar y asistir á los coléricos; y conociéndose que seria cometer un crímen de lesa-humanidad el no socorrer á sus semejantes en un tiempo de epidemia, por mortífera que pueda ser, vamos á esponer los primeros ausilios que deben prestarse á las personas atacadas del cólera antes de la llegada del médico y que se desperdicien los momentos tan preciosos mientras se va á solicitarlo.

Tratamiento moral.

Lo primero que hay que hacer es tranquilizar al enfermo y combatir las ideas de gravedad que pueda tener por el estado en que se siente. La fisonomía

(1) Entre estas deben contarse el tísis, ulcera uterina, (*llaga en las caderas*), hèrpes, mal de S. Lázaro y otras, que ya solo una ciega preocupacion mira como contagiosas.—T.

de las personas que lo rodean y asisten, debe estar tranquila y espresar la esperanza de un pronto restablecimiento. El temor y desaliento deben estar muy lejos de todos los semblantes. Las personas muy débiles, é impresionables, poco valerosas ó pusilánimes deben retirarse; porque mal se remedia á los males que se temen, y las buenas instrucciones solas no traen siempre consigo resultados satisfactorios. La calma y sangre fria en los momentos graves y dificiles, engendran la voluntad, la energía y valor necesarios para luchar ventajosamente contra el daño que se presenta.

Tratamiento preservativo.

Al mismo tiempo que se aplica este primer tratamiento, que es enteramente moral, y debe ser instintivo, instantáneo y que salga del corazon, se hace acostar al enfermo en un lecho bien seco y caliente, á fin de promover la transpiracion, si se queja el paciente de un poco de frio y de horripilacion en la espalda y los miembros.

Para ausiliar los beneficios de la cama, se le hará beber de cuando en cuando, cada cuarto de hora por ejemplo, una taza de infusion ligera y caliente de té, flor de tilia, manzanilla, hojas de naranjo, torongil, yerba buena de sabor de pimienta, sahuco, ó cualquiera otra planta aromática análoga, aunque dando siempre la preferencia al té, á la tilia y hojas de naranjo que se encuentran en todas partes, y están al alcance de todos por su poco valor. Estas bebidas preparadas por *infusion*, es decir, echando tres ó cuatro vasos de agua hirviendo sobre una toma de cinco dedos, de esas flores medicinales, se endulzarán agradablemente con azucar, ó mejor con jarabe de goma, de altea ó de naranja.

Un medio muy simple, fácil para todos y poco dis-

pendioso de provocar el sudor en un enfermo que se queja de tener frio y esperimentar horripilaciones, es el de hacerle tomar un baño de vapor preparado de la manera siguiente. Abajo de unas sillas de las que llaman de costillas, ó un banco armado de latas separadas á modo de un huacal, se coloca una olla grande llena hasta la mitad de una fuerte infusion de plantas aromáticas. Se calienta al fuego hasta hacerlo ascua un ladrillo comun, se coloca al enfermo sobre la silla ó banco envuelto anticipadamente de una frazada que lo cubra de manera que con los lados se forme una como caja, y así dispuesto y perfectamente abrigado del contacto del aire, se introduce el ladrillo en la vasija que contiene el líquido aromático. Al momento se desprende un fuerte vapor, se estiende bajo el cobertor, envuelve el cuerpo, escita la piel y determina un sudor abundante. Inutil es decir que la pieza en que se administrare un baño de esta clase, deberá haberse calentado con anticipacion, pero no con carbon, sino con ascuas bien encendidas para evitar un encarbonamiento.

El enfermo estará solo en su recámara con las personas mas indispensables que lo asistan. Mas adelante insistiré sobre la necesidad de aislar á los enfermos, por el peligro que hay de reunir un grande número de ellos en la misma pieza.

Al enfermo que se quejare de una sed ardiente, ó de un calor abrazador á la garganta ó estómago, se le hará chupar algunos gajos de naranja ó pedazos de nieve. Sin embargo, es necesario ser muy moderados en el uso de estos medios, pues no carecen siempre de inconvenientes. Sobre esto debe consultarse á un médico.

Estando el apetito disminuido, no se dará sino muy poco ó nada de alimentos, y los que se tomen siempre serán en muy pequeña cantidad.

Las ganas de vomitar, repetidas frecuentemente y

sin ningun efecto, se ausiliarán con agua caliente dada al enfermo por péqueñas tazas cada cuarto de hora. Los vómitos de color amarillo, que dejan un amargor pronunciado en la boca y la garganta, no tienen ningun mal carácter ni presentan peligro. No sucede lo mismo con los blancos, los que son propios del cólera asiático, sobre todo cuando se renuevan con frecuencia y son abundantes. Las deposiciones de vientre de la misma naturaleza, es decir, blancas, frecuentemente repetidas, saliendo del intestino por golpes ó chorros, pertenecen igualmente al cólera epidémico. Se combaten así como los vómitos con el agua de arroz endulzada con jarabe de membrillo, uno á dos posillos cada ocho ó diez minutos, y con lavativas de agua caliente en que se haya disuelto una cucharada comun de almidon.

Las evacuaciones estercorales ó de materias escrementicias de color amarillo, no deben inquietar ni al enfermo ni á los asistentes.

Al contrario si se dejan sentir dolores en el vientre, lo que es muy raro, si circulan vientos en los intestinos; si en fin, se manifiestan ganas de evacuar que no pueden satisfacerse, y que pueden depender de un estreñimiento que data de muchos dias, se administrarán al enfermo una ó dos cortas lavativas de agua tibia con azucar ó miel espesa, las que lo aliviarán mucho.

Si metido el enfermo en la cama no se calentare con prontitud, ó si el calor no se desenvuelve sino imperfectamente, se le aplicarán en los brazos y piernas, sobre el vientre, los muslos y los pies cataplasmas calientes entre dos lienzos, preparadas con harina de linaza; las que se renovarán tan luego como comenzaren á enfriarse.

Contra los sacudimientos en las articulaciones, temblores, calambres en las pantorrillas, frio y humedad de la piel y retardo de la circulacion, se practicarán

friegas sobre las partes enfermas. Estas se harán con un cepillo de ropa, ó lienzo de lana, ó con pedazos de franela bien seca y caliente; los que podrán á veces empaparse con un líquido aromático espirituoso, como el agua de Colonia ó del Cármen, el aguardiente alcanforado, ó la agua vulneraria blanca ó roja. En fin, por todo el tiempo que duraren las friegas deberán tomarse las mayores precauciones para precaver al enfermo de cualquiera causa de enfriamiento.

Se combatirán los desvanecimientos, los zumbidos de oidos y vértigos, con cataplasmas muy calientes aplicadas á raiz y en forma de botines de las pantorrillas hasta los pies.

En fin, los conatos y dificultades de arrojar la orina se disminuirán mucho con las bebidas indicadas arriba y que se ministrarán en la mayor cantidad posible.

Tratamiento de los coléricos reunidos en mayor ó menor número.

He terminado la indicacion de los socorros que deben prestarse á un enfermo atacado del cólera. Pasar adelante seria tocar el tratamiento de la enfermedad llegada á un periodo mas avanzado, entrar en el dominio de la medicina, y atacar los derechos de los profesores; y no han sido estas mis intenciones ni mi objeto. Lo repito, no debo ni quiero dar ninguna fórmula, ni hacer ninguna prescripcion médica propiamente tal, con peligro de poner en embarazo á las personas á quienes me dirijo, y comprometer á los enfermos. En efecto, puede tenerse, no hablo con los facultativos, mucho celo, mucho empeño y aun instruccion, y carecer de los conocimientos necesarios para elegir con discernimiento y saber entre las recetas y medicamentos recomendados para el tratamiento del cólera, los que deban aplicarse mas convenientemente.

Tampoco hablaré de los cuidados y tratamientos que deben emplearse con los coléricos de los hospitales, colegios, prisiones y otros lugares de reunion de ellos. Allí, á la vista de médicos hábiles, que cada dia hacen su visita y el servicio de las salas ó enfermerías, nada será omitido ú olvidado de lo que es necesario, útil é indispensable en estos casos.

Pero no dejaré de decir como deben tratarse los casos de cólera, que pueden observarse en mayor ó menor número á la vez en una fábrica, una hacienda, ó en el seno de una familia, &c., privadas de todo socorro médico. El primer cuidado que hay que tener en circunstancias de este género, será desde luego el de aislar los enfermos unos de otros, no en razon del contagio, que no debe temerse como lo he afirmado, sino por la *infeccion* que pudiera resultar de un número demasiado de enfermos reunidos unos al lado de los otros; *infeccion* que tendria por resultado fatal aumentar la gravedad del mal, y acaso, engendrar otra no menos grave, es decir, el tifo. Otra razon que debe determinar tambien la separacion y aislamiento de los enfermos, se deduce de la integridad de las facultades intelectuales, que conservando toda la impresionabilidad de los sugetos, poniéndolos bajo la influencia de las dolorosas escenas que pueden presentarse, hacen en consecuencia mas dilatada y dificil su vuelta á la salud.

Estando ya aislados los coléricos y acostados, si no separadamente cada uno en un lecho y una sala, á lo menos en muy pequeño número, en un local bastante espacioso y suficientemente ventilado, se dará á cada uno de ellos los cuidados que he indicado arriba. Se vigilará escrupulosamente el aseo de los locales ocupados por los enfermos. Los medios de limpieza y de desinfeccion no deberán omitirse, sobre todo despues de cada evacuacion sea del estómago ó de los intestinos; y ninguna de ellas de la clase que

fuere y por mínima que sea, deberá permanecer en la recámara ó inmediata al enfermo. Para proveer á todas las necesidades, deberán reunirse un número suficiente de piezas de tela de diversos tamaños, servilletas, pedazos de franela, &c.

Como medios desinfectantes, deberán preferirse los cloruros alcalinos en polvo ó líquidos. Los primeros, puestos en vacijas poco profundas (tazas, templaderas &c.) en cantidad de una ó dos cucharadas, y rociadas de vinagre, se colocarán, en número de uno ó dos en una recámara ordinaria. Los segundos servirán para rociar los lienzos de la cama, los suelos de las piezas, las escaleras de la casa, los lugares comunes, &c., segun la necesidad.

Entre los numerosos procedimientos, puestos en uso para recalentar á los coléricos, reanimando la circulacion, hay algunos que merecen recordarse. Quiero hablar de los ladrillos calientes, envueltos en pedazos de franela, los saquillos de ceniza ó de arena, secos y muy calientes, que se colocan á lo largo del cuerpo, bajo de las arcas, á los piés, entre las piernas y los brazos. Pero para que todos estos medios de calorificacion surtan sus efectos, es importante que el frio colérico no sea escesivo: en otros términos, es necesario que el cuerpo del enfermo no haya llegado á ese estado glacial que caracteriza tan estraordinariamente la enfermedad, y que es el indicio cierto de una terminacion completa de la circulacion, ya capilar ó periférica, ya general ó interior. En semejante caso, contar sobre estos medios, como con el que consiste en estender tiras de franela á lo largo del espinazo y pasar sobre ella fierros encendidos, es una ilusion peligrosa y perder un tiempo de mucho precio. En efecto, ¿cómo se puede tener la esperanza de volver á traer de fuera adentro un calor estinguido á lo interior, por la interrupcion de las funciones respiratorias y circulatorias, que constitu-

y en ambas el aparato calorífico por escelencia? Lo repito, esta esperanza es un engaño, y creer en la eficacia de un medio semejante, es caer en un error funesto.

De lo que acabamos de decir resulta, que vale mas recalentar á los enfermos de lo interior á lo esterior, haciéndoles beber tisanas calientes con las flores ó plantas indicadas arriba, y secundar su accion con baños calientes, cataplasmas de harina de linaza, tambien calientes, aplicadas sobre diversas partes del cuerpo, ó rodearlo de botellas ó globos de estaño llenas de agua hirviendo, de saquillos de ceniza y arena calentados con anticipacion.

CAPITULO III.

Convalecencia.

Aunque la convalecencia del cólera debe ser dirigida por un médico, diré alguna cosa, solo bajo el carácter higiénico, de las precauciones que hay que tomar en el tiempo que transcurre entre el fin de la enfermedad y el restablecimiento de la salud.

La convalecencia del cólera no es cosa que importe poco; y pensar de otra manera seria equivocarse mucho. En efecto, el tiempo que se ha pasado entre el fin de la enfermedad y el completo restablecimiento de la salud ha sido con frecuencia muy largo; quince dias, tres semanas, un mes solamente de convalecencia han sido casos muy felices y enteramente escepcionales. Así es que no deberán abandonarse muy pronto los cuidados médicos, y las precauciones higiénicas que han sido recomendadas, aquellos como medios de curacion, y éstos como preservativos.

Dejando al médico la prescripcion y direccion de los primeros, me limitaré á decir, que la hambre insoportable que se siente despues de la terminacion

de los síntomas del cólera simple ó ligero, azul ó confirmado, debe combatirse moderadamente y por grados, con alimentos poco abundantes, de fácil digestion y repetidos con frecuencia. En cuanto á su eleccion, se consultará el gusto y apetencia del estómago. Se atenderá á los deseos del enfermo, siguiendo con fidelidad el axioma gastronómico que dice: *Que siempre se digiere bien lo que se come con gusto.*

Pero esa hambre de que acabamos de hablar suele ser al contrario reemplazada por una falta de apetito, debida á la abstinencia prolongada á que se ha sujetado al enfermo: el estómago afectado de una grande debilidad soporta dificilmente los pocos alimentos que se le dan, y el trabajo de su digestion es lento y penoso. ¿Qué deberá hacerse en este caso? Nutrir al convaleciente, que supongo no siente ninguna náusea ni conato de vomitar, ni tampoco tiene estreñimiento, con leche cortada con un poco de agua de Seltz, despues con leche pura, sopas con grasa, alimentos blancos y carnes asadas; dándosele ademas, un buen vino y de preferencia el de Burdeos, mediado con la agua gaceosa. Despues de la comida se le aconsejará un ejercicio moderado y una conversacion agradable, y poco á poco se restablecerá y consolidará la salud.

Si hubiere náuseas, conatos de vomitar, un estreñimiento rebelde ó una diarrea abundante, lo que esplicaria la falta de apetito y postracion de fuerzas del enfermo, deberá tomarse consejo de un hombre del arte, y no verse con negligencia sus remedios, porque no es raro ver renovarse el cólera muchas veces, á épocas mas ó menos distantes unas de otras, y atacar de nuevo á enfermos apenas restablecidos.

Debemos añadir, que para asegurar el restablecimiento de la salud, exige la convalecencia del cólera precauciones incesantes contra el frio, la humedad, la falta de aseo, los cambios bruscos de temperatura,

el tránsito repentino del calor al frio, los escesos, las pasiones, las impresiones morales desagradables; recomendacion qué ya se ha hecho, y que debe ser considerada como el conjunto de escelentes medios preservativos. Acostarse á buena hora, en una cama bien seca y calentada en invierno, levantarse tomando precauciones contra el frio, habitar una recámara bien ventilada, nada húmeda y bastante grande, evitar las grandes reuniones, vestirse con ropa mas bien un poco caliente que muy ligera, activar las funciones de la piel con baños calientes, friegas secas con cepillos suaves, ó húmedas con licores aromáticos, insistiendo en estas últimas si todavía se dejan repetir algunos dolores ó calambres en los miembros, combatir, en fin, el estreñimiento con lavativas emolientes y los males de cabeza con baños de piés preparados con agua caliente, un puño de ceniza, de sal de cocina, ó de harina de mostaza: tales son, junto con las que preceden las reglas de higiene, y de régimen que deben seguirse en la convalecencia del cólera.

Ultimamente, y por aquí deberia yo haber comenzado mis consejos relativos á la convalecencia del cólera, los enfermos que presentaren algunos de los signos que anuncian la vuelta á la salud, y son los siguientes: vómitos cada vez menos frecuentes y mas encendidos y amargos; deposiciones menos abundantes, mas raras, consistentes y de color oscuro; calambres y dolores menos fuertes y repetidos; retorno lento y progresivo del calor de la piel; aparicion de un sudor dulce y caliente; pulso mas fuerte y sensible; gana y facilidad de orinar; cara menos desfigurada, voz fuerte y pronunciada, movimientos parciales y generales mas calmados y regulares: los enfermos, repito, que presentaren este estado, este alivio feliz y lleno de esperanza, se separarán al momento de los otros, á fin de guarecerlos de las recaidas que

han sido observadas y anotadas por un grande número de médicos, así en Francia, como en otros paises.

CAPITULO IV.

Consejos, profilaxis ó medios que deben ponerse en uso para precaverse del cólera.

Diversas opiniones sobre la naturaleza del cólera.

Que los medios no estén todos de acuerdo sobre la naturaleza, causas y modo de propagacion del cólera: que unos consideren esta enfermedad como una inflamacion interna del canal digestivo, ó una irritacion *secretoria* de las membranas mucosas gastro-intestinales; y otros la atribuyan á un veneno que obra principalmente sobre las mucosas digestivas y la médula espinal; que ella sea, en una palabra, un envenenamiento miasmático, ó una alteracion de los humores debida á un desórden profundo sobrevenido en las funciones respiratorias y nerviosas, ó al contrario, que la mayoría de los prácticos profese, como hace diez y seis años la opinion de que: *El cólera se debe á un principio venenoso que mezclado con el aire atmosférico y la sangre en los pulmones, va á llevar la alteracion á toda la economía;* poco importa al trabajo que publico el dia de hoy, como igualmente al objeto que me he propuesto á saber si el principio venenoso, admitido ó supuesto, se desprende de la tierra ó de las aguas, ó es engendrado por una falta de equilibrio entre los fluidos eléctrico y magnético difundidos en la naturaleza. Lo que importa aquí es convenir en que el cólera es una enfermedad nueva, desconocida hasta aquella fecha en los fastos del arte; que obra disminuyendo la accion vivificante del sistema nervioso sobre los otros sistemas, los diversos aparatos y órganos de la economía; que todos, ó casi todos hemos esperimentado su influencia, aunque en

diversos grados, y que no se desenvuelven enteramente sino en condiciones particulares y especiales dificiles de fijar con exactitud. Sobre estos particulares, ¿qué campo tan vasto de suposiciones no se ha recorrido? ¿qué esplicaciones no se han dado? ¿qué teorías no han sido establecidas? El frio, el calor, la sequedad, las corrientes de aire, los alimentos, animalillos suspendidos en el aire, &c., &c., todo ha sido sucesivamente considerado como la causa del cólera. No discutiré ninguna de estas opiniones, que todas, tomadas aisladamente, no han tenido gran fortuna; prefiero ocuparme del exámen de las condidiones fisicas y morales que predisponen á las epidemias, y que la ciencia médica nos ministra. En efecto, apoyada esta sobre la higiene, su mas hermosa parte, nos enseña, que las grandes y frecuentes variaciones atmosféricas, que el calor ó el frio reunidos á la humedad, que las lluvias abundantes y de larga duracion, la suciedad, las aglomeraciones de hombres, la mansion de enfermos en habitaciones estrechas en que el aire se renueva rara vez ó con dificultad, son condiciones perniciosas en todo tiempo y mucho mas en los de epidemia. Señala tambien como causa de insalubridad las aguas corrompidas, el estiercol infecto que fermenta inmediato á las habitaciones, los alimentos de mala calidad, los escesos en las comidas, la embriaguez, la falta de vestidos propios á cada estacion, los trabajos de toda clase sobre las fuerzas naturales, las vigilias muy prolongadas, las concentraciones de espíritu muy fuertes, las afecciones tristes del alma, como el temor, el terror &c. Estos documentos de la medicina, y sobre todo de la higiene, deberán ser tomados en la mas alta consideracion: 1°, por la autoridad encargada de velar en la salud pública; 2°, por los cabezas de familia interesados en conservarla: 3°, por los directores de talleres, de fábricas y manafucturas, responsables para con sus oficiales de las

enfermedades que pudieren contraer por la falta de cuidado, negligencia ó incuria del dueño; 4º: en fin, por los mismos ciudadanos, que por su propio interes, como por el general, deben obedecer y respetar las leyes higiénicas y reglamentos sanitarios del pais que habitan.

Consejos higiénicos á las administraciones públicas.

Siendo el punto importante y objeto principal de mi trabajo la indicacion de las medidas profilácticas que deben oponerse al cólera, séame permitido insistir sobre las circunstancias que acaban de ser proferidas, y pueda yo agregar otras, considerando á todas como otras tantas causas debilitantes y por consiguiente peligrosas. A fin de dar lleno á estos consejos, y de no dejar olvidado ninguno, los dividiré en los que son del resorte de la autoridad, los que pertenecen á los cabezas de familia ó de talleres, y los que se dirigen al individuo, al ciudadano, solo ó aislado.

Debiendo tener todo gobierno prudente y paterno, bajo su autoridad y á su disposicion un consejo de salubridad pública, compuesto de hombres ilustrados, instruidos y humanos, debe dirigirse á él, tan luego como cualquiera epidemia comenzase á hacer irrupcion, ya desenvolviéndose en el seno del mismo pais, ó avanzando poco á poco de los circunvecinos, á fin de tener y poner prontamente en ejecucion los medios capaces de aniquilar el mal en su orígen (1); de contenerlo en su marcha si su irrupcion no ha sido impedida; y atacarla convenientemente para hacerla menos mortífera, si su existencia debiese tener alguna duracion.

Admitiendo como un hecho, lo que desgraciadamente no es siempre, que la capital, la ciudad, el canton, la municipalidad el pueblo, la aldea, que están

(1) Véase mi Manual de Higiene.

amenazados de una epidemia, estén todos fabricados en un terreno escogido de preferencia, presentando todas las condiciones de bienestar material y moral; admitiendo igualmente que las casas que las componen no tienen una altura desmedida, que las calles que las dividen en plazas ó cuarteles, son suficientemente anchas y perfectamente empedradas, que los patios son bastante espaciosos, el decenso de las aguas domésticas ó lluviosas, fácil, que los pozos y resumideros han sido establecidos en número necesario, que las piezas bajas están bien ventiladas y los pisos ni muy bajos, ni húmedos, la autoridad aun así tendrá que hacer estudiar todavía por el consejo de salubridad una multitud de cuestiones que voy á pasar rápidamente en revista.

Supongamos á las casas elevadas sobre un terreno esento de humedad: ¿pero tienen una altura conveniente, ó se pueden echar abajo, si fuere necesario al interés general? ¿Su construccion tiene bastante amplitud, y permite dar á las piezas que la componen una dimension relativa al número de los locatarios? Se sabe que un espacio de quince metros cúbicos de aire es necesario á lo menos para cada individuo. ¿Pero se encuentra este espacio en las habitaciones de los cuartos bajos, de los entresuelos, de los corredores, pasadizos &c? ¿No se vé lo agradable y vano preferido á lo útil, es decir, la grandeza de un salon, la hermosura de un comedor establecidos á espensas de una recámara, pieza generalmente muy estrecha, y en que sin embargo se pasa casi un tercio de la vida? ¿Los balcones y ventanas que les comunican luz son en conveniente número? ¿están situadas á conveniente altura y distancia? Las cocinas son bastante grandes é iluminadas, los hornos si los hay, están provistos de tubos de aire capaces de echar fuera todos los olores, los gaces y vapores, que provienen de los alimentos, de los combustibles, de las

carnes lavadas, &c.? ¿Los patios que separan entre sí las diferentes partes de las casas, son bastante espaciosos para que circule el aire, penetre el sol en lo interior de las piezas y sobre todo de las que sirven para dormir? ¿Nada so opone en estas mismas casas al derrame completo de las aguas pluviales y del servicio doméstico? ¿Los pozos y resumideros reciben otras aguas que las llamadas *pluviales*? y si no es así ¿qué medios se pondrán en práctica para obviar á todos los inconvenientes y á todos los peligros de las aguas domésticas y las que sirven para lavar, derramándose y estancándose en los depósitos de que acabamos de hablar?

Suponiendo que la agua contenida en los pozos ó algibes sea sana y de buena calidad, ¿puede beberse sin peligro, servir para cocer las legumbres, para lavar y otros usos &c.?

Las bodegas establecidas en los cuartos bajos, con el doble objeto de la utilidad y de preservar de la humedad de los pisos bajos, ¿están provistas de un número suficiente de respiraderos, y éstos son bastante ámplios? La materia primera de la construccion, la piedra, ¿es susceptible de ser impregnada prontamente por la humedad del terreno? ¿Los pisos bajos son bastante elevados para ser habitables? ¿no están insuficientemente iluminados y ventilados, y una corriente de aire abundante y conveniente, limpia la humedad que se encuentra entre el suelo y el embigado?

La habitacion de los porteros. generalmente llamadas con tanta propiedad *covachas*, á causa de su mala disposicion, de su estrechez, de su poca altura, de su privacion de aire y de luz, ¿no debe ser tambien sana y habitable, y todo *portero ó conserge* no tiene derecho á otra cosa que á los verdaderos sepulcros, que se encuentran en demasiado número en las grandes ciudades y principalmente en Paris?

Los pasadizos ó corredores, las escaleras y sus descansos ¿tienen una amplitud, una inclinacion tales que el aire circule en ellos abundantemente y que sean fáciles la subida y bajada, y demás movimientos.

Las canales abiertas en los corredores y los caños bajos ¿tienen una inclinacion tal que permita la completa salida de las aguas pluviales ó de uso doméstico? ¿Están situados y dispuestos los lugares comunes de manera que no perjudiquen á ninguno, ni por su inmediacion ni por su fetidez? ¿Se han practicado en ellos las corrientes de aire en correspondiente número? ¿Las atargeas por donde se derraman, no perjudican por su posicion á ninguno de los locatarios están en buen estado, tienen la debida profundidad, abajo de los cuartos mas bajos, como se vé en ciertos cuarteles de Paris? ¿sus paredes no dejan escurrir ó filtrar nada en los pozos ó resumideros inmediatos? En las casas en que no se encontraran ó no pudieran llenarse estas condiciones de higiene, sobre todo en lo que se refiere á estos lugares comunes, ¿no seria conveniente reemplazarlos por atargeas llamadas *movibles-sin hedor*, y este modo de letrinas no deberia ser adoptado generalmente y aun prevenidos por las leyes ó reglamentos relativos á la construccion de las casas?

¿Vigila la policía activamente el momento de las limpias, y se practican estas con todas las precauciones necesarias é indispensables á la seguridad y conservacion de los que están encargados de una operacion tan penosa como de tanto peligro? ¿Se ha previsto todo para hacer facil el trabajo y nada incómodo á los habitantes de la casa y de la vecindad? En fin, ¿las caballerizas y establos, en que están ciertos animales domésticos se hallan situados á bastante distancia de la habitacion principal para que su inmediacion, sus inmundicias y estiercol no perjudiquen de ninguna manera?

Tales son las numerosas cuestiones que la autoridad debe dirigir en todo tiempo á su consejo de salubridad, para estar de acuerdo con las leyes de la higiene pública, pero sobre todo en tiempos de epidemia, en que puede ser comprometida la salud general. Ellas deben ser resueltas en seguida de una manera franca y leal, sin tomar jamás en consideracion el interés particular ó privado, dirigido con demasiada frecuencia por la avaricia, la ignorancia ó un frio egoismo.

Falta todavía una cuestion que habia olvidado, y es la del establecimiento de un jardin en cada casa. Ciertamente, la salubridad del terreno dedicado al cultivo de algunos grandes árboles, de una gran cantidad de flores y arbustos, no podrá ser disputada por ninguno. Pero para que exista esta salubridad, es necesario que los jardines no sean muy pequeños, ni estrechos, que no estén muy inmediatos á las casas, que circule bien el aire y que el sol los bañe abundantemente. De otra manera, estos lugares de recreo, de descanso y de placer, vendrian á ser unos vecinos incómodos, mal sanos, en razon de la humedad que estienden á su alrededor. La autoridad no puede imponer condiciones de higiene tan amplias y costosas á los ciudadanos, y sobre todo á los que habitan las grandes ciudades, donde el terreno es muy precioso, y demasiado caro para simples particulares. Lo que debe procurar, manteniéndose en la esfera de sus atribuciones y de su deber protector, es establecer por diversas partes en medio de las grandes reuniones de hombres, todos los plantios de árboles, de jardines y alamedas, necesarias no solamente para la conservacion de la salud pública, sino para contribuir por su disposicion y simetría á la hermosura de las ciudades y grandes poblaciones.

Son tambien condiciones de salubridad, de limpieza y de moral que deben quedar á cargo de todos y bajo la responsabilidad de la autoridad, el estableci-

miento de inmensos receptáculos de agua con chorros y cascadas, de un gran número de pequeñas fuentes, que sirvan para regar las calles públicas, el empedrado de las calles que no lo tienen, el enlozado de las alamedas, la destruccion de los caños ó su conversion en atargeas, la construccion de banquetas á lo largo de los monumentos públicos, los de albañales, latrinas públicas, &c., dispuestos convenientemente: Igualmente el barrido y regado diario de las calles, de las plazas, mercados, &c.

Consejos higienicos á los propietarios y cabezas de familia.

Si antes de construirse cualquiera habitacion, es fácil establecer su plan; y si despues de su ejecucion no exige este, de parte de los locatarios, sino los cuidados mas comunes de limpieza y conservacion, para mantenerle todas las ventajas y comodidades de una vida sin aflicciones y bien dirigida, no sucede lo mismo con las casas antiguas, mal fabricadas, muy altas, demasiado amontonadas unas sobre otras, que seria necesario echar á tierra para secundar los preceptos verdaderamente humanos de la higiene; pero que deben respetarse, no en razones dictadas por el amor de la posesion, sino impuestas por dificultades materiales incontestables. De aquí emanan los consejos que van á seguirse, y que se dirigen mas particularmente á los cabezas de familia, á los fabricantes, manufactureros é industriales, y á todos aquellos en fin que tienen interes en conservar la vida, la salud y fuerzas de sus parientes, amigos y operarios.

Toda casa nueva ó antigua, pero fabricada de manera que haga lo menos mal posible la existencia y salud de sus habitantes, debe ser visitada cada dos ó tres dias en tiempos comunes, y diariamente en los de epidemia inminente ó declarada, en todas sus pie-

zas, y aseada en todas sus partes. El agua que debe servir para limpiar los patios, escaleras y atargeas, deberá ser limpia, clara y no cargada de cuerpos estraños. El mismo cuidado deberá tenerse para el riego de las calles, fronteras de las casas y tiendas de comercio; y no hay voces con que condenar el sucio y disgustante hábito que tienen ciertas personas de servirse de la agua del caño para regar las calles públicas. Lejos de desempeñar ellas el objeto deseado por la autoridad y de obviar á los numerosos inconvenientes que resultan de la falta de limpieza, fomentan obrando así, todas las causas de insalubridad que ya existen.

Cada porcion de calle perteneciente á una casa, fábrica, almacen, ó tienda de comercio, deberá ser barrida diariamente y á buena hora, de cuenta y bajo la responsabilidad del propietario ó inquilino. Las inmundicias amontonadas á distancias, serán quitadas al momento por una empresa particular, responsable tambien ante la autoridad de las faltas ó negligencias cometidas en su servicio.

Cada dia tambien, á lo menos una vez, ó mas si es necesario, serán quitadas y trasportadas lejos de las habitaciones, las basuras que resultan de la barredura de los patios y las inmundicias debidas á los niños ó animales domésticos; los cuales, bajo ningun pretesto y en ningun tiempo deberán ser encerrados ó vivir en lo interior de las casas.

Las escaleras se mantendrán limpias, y podrán serlo sin ser frotadas, ni recurrir á ese barniz, á imitacion del mármol, que hace de cada uno de los escalones una causa de caida ó de accidente. El dia de hoy, que se han inventado ciertas mezclas recinosas y brillantes despues de su aplicacion, pero que no producen una tersura capáz de hacer resbalar, y que estas preparaciones por la comodidad de su precio están al alcance de todo el mundo, no se comprende

el furor de la frotacion y mania de la brillantez que sngun una vieja rutina se dá á los escalones, y cuyos resultados se encueutian en los hospitales y otros lugares, en que los enfermos y heridos marchan sostenidos por muletas.

El lavatorio de los lugares secretos se hará necesariamente cada dia. Se exigirá igualmente la visita de las atargeas de conducta destinadas á las letrinas, á las aguas pluviales y domésticas á fin de asegurarse del estado que guardan, y de ver si permiten el fácil derrame de los líquidos, si nada los detiene, y si en fin no están ensolvadas. Las ventanas de las escaleras y las de las piezas se proverán de vidrios en buen estado. La abertura y cerradura de ambas, se harán de manera, que proporcionen á todos facilidad de defenderse del frio y del demasiado calor, y de renovar el aire interior tanto como fuere necesario.

Todo el mundo sabe que el mefitismo de las cloacas, se aumenta considerablemente por una detencion muy prolongada de las matenias escrementicias; pero se convierte en mas peligroso por la presencia ó adicion en el cubo de ellas, de agua de jabon y demas usos domésticos. Nunca será demasiada la atencion de un propietario á esta infraccion de las leyes de una buena salubridad.

Las chimineas, deben establecerse de manera que consuman el menor conbustible posible, y solo produzcan un calor dulce, moderado y constante, sin dejar en las piezas ningun olor, ningun gaz, ni otro cualquier vapor perjudiciales á la respiracion y á la salud. Todas estas condiciones se llenan facilmente el dia de hoy, que se sabe perfectamente tomar, por la parte de fuera, aire frio, que sirve á alimentar las chimineas, y que se difunde ya caliente en seguida en la pieza; al mismo tiempo que se sabe tambien practicar en las partes superiores de las vidrieras, aberturas ó ventanillas fáciles de cerrar con ventiladores de

oja de lata, apropiados para dejar salir el aire muy caliente y dar lugar á la entrada de una cierta cantidad de frio.

Las cocinas exigen tambien grandes cuidados de limpieza. Sin ser goloso ó demasiado fino gastrónomo, el estómago que tiene hambre, rehusa todo alimento salido de una cocina asquerosa, desaseada y que exhala un olor desagradable. Los manjares mas esquisitos, los mas raros y apetitosos no podrán escitar la gana, si se les ha visto dispuestos en hornos poco limpios y maltratados, ó en mesas cubiertas de grasa ó tambien si han sido preparados en trastes humeados, grasosos, mal estañados, si son de cobre; en fin, si las piedras de moler (como nuestros metates), no teniendo la debida inclinacion, dejan caer á los lados las sustancias que reducen á polvo ó á papilla.

El pescado, el marisco, los alimentos todos de olor fuerte no deben conservarse en lo interior de las cocinas. Al lado de ellas, deben colocarse ó alguna pieza pequeña, ó cuando menos estantes grandes ó alacenas en que se conserven. y donde deberá guardarse todo lo que pueda echar á perder con su olor los manjares que se guisan, ó alterarse con el demasiado calor de las cocinas. Las dispensas reclaman tambien la vigilancia del amo, la que es indispensable sobre todo, cuando, como se observa con frecuencia, sirven ellas de depósito de legumbres, frutas, raices, cuerpos grasosos ó cualquier otro ingrediente culinario, que exige para conservarse algun tiempo una temperatura fresca en estío, ó un calor templado en invierno.

Todo lo que acaba de decirse de las casas particulares, es en un todo aplicable á los hospitales, hospicios, cárceles, colegios, pupilages, casas de alquiler con muebles ó sin ellos, mesones, &c. Estos lugares de reunion mas ó menos grandes, de aglomeraciones mas ó menos considerables, deben suscitar un ince-

sante cuidado de parte de la autoridad; pues que allí nacen á cada momento las mas variadas causas de desaseo é insalubridad, que es necesario apresurarse en destruir: un dia, y tal vez menos, de tardanza en la vigilancia habitual, puede producir las consecuencias mas fatales y difíciles de reparar. Un hospital repleto de enfermos, un hospicio lleno de viejos, y una cárcel rebozando malhechores, no tardan en convertirse en focos peligrosos y mortales de infeccion por las enfermedades que allí se desenvuelven y declaran. Lo mismo debe decirse, aunque en un tiempo mas dilatado de un colegio ó pupilage, en que no fuesen observados diariamente con escrupulo y religiosidad todos los cuidados higienicos. Pero lo que siempre y principalmente debe llamar la atencion de la autoridad, son las casas de vecindad, esas habitaciones ordinaríamente mal fabricadas, con poca luz, estrechas, mal ventiladas, situadas en los lugares mas enfermizos de una ciudad ó pueblo; habitaciones, cuyos cuartos bajos, sucios, mal abrigados, á raiz de la tierra, encierran un número considerable de buenos y honrados artesanos, que por fuerza, por miseria ó un falso cálculo de economía, se amontonan, se oprimen y se mezclan unos á otros frecuentemente sin conocerse, y sin prever la alteracion que con esto sufre su salud; que en ellos sus fuerzas pierden su energía y que en fin cada noche absuerven el gérmen de una enfermedad muy grave y demasiado larga para sus fortunas y hábitos de vida.

Consejos higiénicos á los directores de talleres, de manufacturas &c.

Lo que antecede abreviará, como es claro, los consejos que hay que dar a los directores de talleres, fabricantes y manufactureros, tocante á los cuidados higienicos y paternales que deben emplear con sus

operarios. Unos y otros los encontrarán en bastante número en todo lo que acabamos de decir. Me bastará llamar su atencion sobre las condiciones que deben presentar sus talleres, sus máquinas y manufacturas, para asegurar á los talentos, á los brazos y cuerpos que obran y se mueven en todos sentidos durante las horas de trabajo, una fuerza y resistencia, tal cual la exigen los intereses y porvenir de todos, maestros y operarios.

Desde luego, siendo la suciedad de las cosas que nos rodean, nos cubren, nos nutren ó impresionan de cualquiera manera, el orígen y fuente de las enfermedades físicas, que poco á poco arruinan nuestro cuerpo influyendo tambien en nuestra moral, es de la primera urgencia evitar cuanto se pueda esta suciedad en las cosas y en las personas. Las cosas, es decir, los talleres, las fábricas y obradores, se mantendrán limpias, mediante lavatorios frecuentemente repetidos. El aire se contendrá en una cantidad y proporcion calculadas sobre el número de operarios empleados; á cuyo fin, se recalentará suficientemente en invierno, y en todas las estaciones se renovará por ventiladores convenientemente situados y en bastante número para que ningun miasma mefítico pueda permanecer estacionario.

Como quiera que el frio húmedo sea una de las principales causas favorables al desarrollo del cólera, deberá invitarse á los operarios á vestirse con abrigo, acomodando á la estacion la naturaleza de sus trages de trabajo ó de descanso. Deberán igualmente ser advertidos de los peligros que resultan de los cambios bruscos de temperatura. Se les dirá que el paso repentino del calor al frio perturba ó suspende las funciones de la piel; que cualquier desórden del estómago ó de vientre puede ser efecto de una transpiracion deprimida con mucha prontitud; que es una causa de subilidad y abatimiento general, y que en fin, éstas

predisponen singularmente á toda epidemia reinante, y al cólera, si esta es la enfermedad que amenaza estallar ó que ya se ha presentado.

La influencia fatal y muy conocida de un desórden sobrevenido en las facultades digestivas, es una advertencia á la clase obrera, para que sea sóbria en sus comidas, use de alimentos de buena calidad y fácil digestion, las renueve frecuentemente y en pequeña cantidad en cada vez. Los escesos en el trabajo y los placeres, la prostitucion, la embriaguez, las riñas y disputas y las luchas mas ó menos sangrientas que son su resultado, siendo tambien causas de debilidad, serán exhortados los operarios, con prudentes avisos y consejos paternales á vivir unidos, como hombres que se aman, se respetan y quieren conservar el título de honrados y buenos ciudadanos.

Las intemperies del tiempo y de las estaciones, el polvo, el gaz, los vapores, los olores que se desprenden de las sustancias animales, vegetales ó minerales, segun las diversas clases de industria, ejercen sin cesar su influencia mas ó menos perniciosa sobre los operarios; y estos peligros podrán ser previstos por la solicitud del director. Este deberá pues dirigir su atencion sobre los modos de cercados, cerraduras, iluminacion, y ventilacion practicados en sus talleres, y ponerlos á todos en conformidad con las leyes de una buena salubridad é higiene; procurando, aunque con la economía posible, no omitir ningunas mejoras sobre estos puntos. Un operario enfermo, no son mas que dos brazos que no trabajan, y con todo, es una familia la que sufre, una muger é hijos que aguardan el pan del jornal. Pero si faltan diez ó veinte brazos, se debilita un taller ó fábrica, se arruina poco á poco, no puede cumplir sus compromisos, y sucumbe bajo el peso de la concurrencia.

Los obreros, en virtud de los consejos de su patron, y bajo la vigilancia del maestro, deberán llevar

en las horas de trabajo, sobre sus vestidos comunes, otro de un tejido apretado y poco permeable, fácil de quitar, y exactamente cerrado al cuello y á los puños; debiéndoselo quitar para salir del taller, cuando va á comer ó á descansar algunos ratos.

Uno ó dos baños generales por semana, lavatorios diarios de todas las partes del cuerpo que se hallan en contacto con la sustancia que se trabaja, ó estuviere espuesto á la vaporizacion ó emanacion de ella; lavarse las manos antes de cada comida y en la noche, serán tambien precauciones que deben tomarse, y obligar á ellas al operario que fuere tan descuidado ó de tan poca ilustracion, para ver con negligencia el propio interes de conservarse. Insisto, y se debe insistir sobre todos estos pormenores relativos al cuidado de las personas, porque la suciedad es la causa mas comun, y la mas fecunda fuente de insalubridad.

En los talleres en que se trabajaren materias animales, ó cualquiera otra sustancia capáz de corromper el aire, se pondrán á disposicion del operario todos los medios de desinfeccion debidos á la química. Al primer rango de estos agentes desinfectantes se encuentran los cloruros alcalinos, y en particular el de cal y el de sosa.

Consejos de higiene privada.

Poco me queda que recomendar al hombre considerado aisladamente, y que teme una epidemia reinante ó próxima á estallar. En efecto, haciéndole observar que en los párrafos que anteceden hallará multitud de consejos que le son aplicables, los que siguen serán suficientes para su tranquilidad, su reposo y la conservacion de su salud.

Conservar sus habitudes, sin cambiarlas cuando son buenas y regulares; hacer comidas mas bien li-

geras y repetidas que abundantes y retardadas, elegir alimentos de fácil digestion, preferir las frutas y legumbres cocidas, comer estas últimas, mas bien machacadas que enteras (recomendacion que se hace sobre todo por lo respectivo á las habichuelas, lentejas, frijoles, garbanzos, &c.); tener cuidado, antes de ponerse á la mesa del estado de llenura y necesidad de estómago; vigilar sobre la regularidad de las evacuaciones intestinales; guardarse del frio y de la humedad, pero sobre todo del frio húmedo (causa la mas predisponente á la invasion del cólera), cubriéndose de ropa siempre perfectamente seca y que mas bien abrigue que sea ligera, á fin de mantener y activar ligéramente las funciones de la piel; tomar precauciones contra los cambios bruscos de temperatura, evitar el paso repentino del calor al frio; preferir el ejercicio y paseo, despues de las comidas, al reposo sentados ó acostados; no meterse jamas en la cama con los piés frios; en fin, en los casos de un enfriamiento mas ó menos brusco é inesperado, dificil por otra parte de esplicar en su causa ú orígen, tomar algunas tazas de té, de tilia, de hojas de naranjo ó de cualquiera otra planta aromática, con objeto de exitar y reanimar la circulacion general; tal será el conjunto de todo lo que hay de mas sábio y racional que hacer y practicar cada dia.

Específicos del cólera.

En fin, y para concluir, ¿hay algun específico, un remedio cierto que oponer al cólera? El cloro, los cloruros, el alcanfor, un aroma cualquiera llevado en la bolsa ó colgado en el cuello en un saquillo; un licor, una fuerte infusion de manzanilla ó de yervabuena de sabor de pimienta, un elixir, una opiata, tomada en ayunas, ó varias veces en el dia, ó al acostarse, ¿pueden infalible é invariablemente preservar de

una epidemia inminente ó declarada? Despues de diez y seis años, que no hemos sido visitados por el azote que reina en este momento en Rusia, Alemania, Inglaterra y otras partes, ¿ha encontrado la ciencia una panacea cierta y deseada en todas partes? ¿han inventado los gobiernos otra cosa que las cuarentenas y cordones sanitarios para contener el mal en su desusada marcha?

A todas esas cuestiones es necesario responder que *no*, porque debiendo antes de todo ser verdadero, debe usarse de sinceridad, y poner un freno á la desvergonzada avaricia de los preconizadores y comerciantes de preservativos, advertir al público de la impudente y culpable especulacion establecida por algunos sobre su buena fé y su credulidad; y en fin, decir á este mismo público, y decírselo en voz alta, repetidas veces y en todas partes, que la sangre fria, el valor, la fortaleza de alma, un buen régimen y una vida regular, son los medios mas racionales y eficaces para precaverse del cólera, así como de todos los males, que á épocas mas ó menos distantes y bajo formas mas ó menos parecidas, difunden el espanto en las poblaciones, y diezman la especie humana.

FIN.

ÍNDICE DE LAS MATERIAS.